



阳光的首都→(海南岛)

自助游深度攻略

中国有个海南岛。让我们脚踏实地的带领你经历山与海，穿越海岛腹地雨林，走进黎家、苗寨，认识植物，亲近西沙南沙群岛……

安歌 著

中国青年出版社



阳光的首都

海南岛

自助游深度攻略

安歌 著

 中国青年出版社



(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

阳光的首都——海南岛自助游深度攻略/安歌著. —北京:中国青年出版社, 2006

ISBN 7-5006-6807-4

I. 阳... II. 安... III. 旅游指南-海南省 IV. K928.966

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第028998号

书 名: 阳光的首都——海南岛自助游深度攻略

作 者: 安 歌

责任编辑: 林 栋

装帧设计: 卡 门

出版发行: **中国青年出版社**

社 址: 北京东四十二条21号

邮政编码: 100708

网 址: www.cyp.com.cn

编辑电话: 010-64034329

营 销: 北京中青人出版物发行有限公司

营销电话: 010-64066441

印 刷: 北京顺城彩色印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787X1092 1/20

印 张: 20

字 数: 250千字

版 次: 2006年6月北京第一版

印 次: 2006年6月北京第一次印刷

印 数: 1-10000册

定 价: 38.00元

本书如有任何印装质量问题, 请与印务中心质检部联系调换, 联系电话: 010-84035821



作者的话：

一直梦想写一本这样的旅行书。那里每一个路标都准确无误，手绘地图上标出的街角理发店的洗发妹也确有其人、六棵椰子树也确实存在，它下面永远热乎乎的老爸茶店也依然是热乎乎的……但这一切的正确无误，确有其事，会把你带向一个准确的错误地点——如果上面写的是南圣河，你到达的地点，一定不是河，或许会是一座山，或者会是一个荒无人烟的村庄，或许是什么也没有……

我的梦想，是把自己和你准确无误地带向一个错误地点——这是多么让人心旷神怡。但据说迷路是一门艺术，通晓所有艺术的前提，就是你得先认识这艺术之路。所以，我们只好老老实实先认识这条路，这就是这本书的内容。而迷路的那章，得由你自己写，关于你和你的海南……



独行侠系列丛书

《云南天堂——自游主义者的暴走圣经》

《阳光的首都——海南岛自助游深度攻略》

《草原的深度——蒙地自助游全攻略》

《桂甲天下——广西自助游全攻略》

《遥远的地方——青海自助游全攻略》

《关东宝地——从洛古河到山海关》

《巴山蜀水》

《贵州秘境》



中青版经典旅游图书

《藏地牛皮书》

《新疆盛宴》

《柬埔寨-五月盛放》

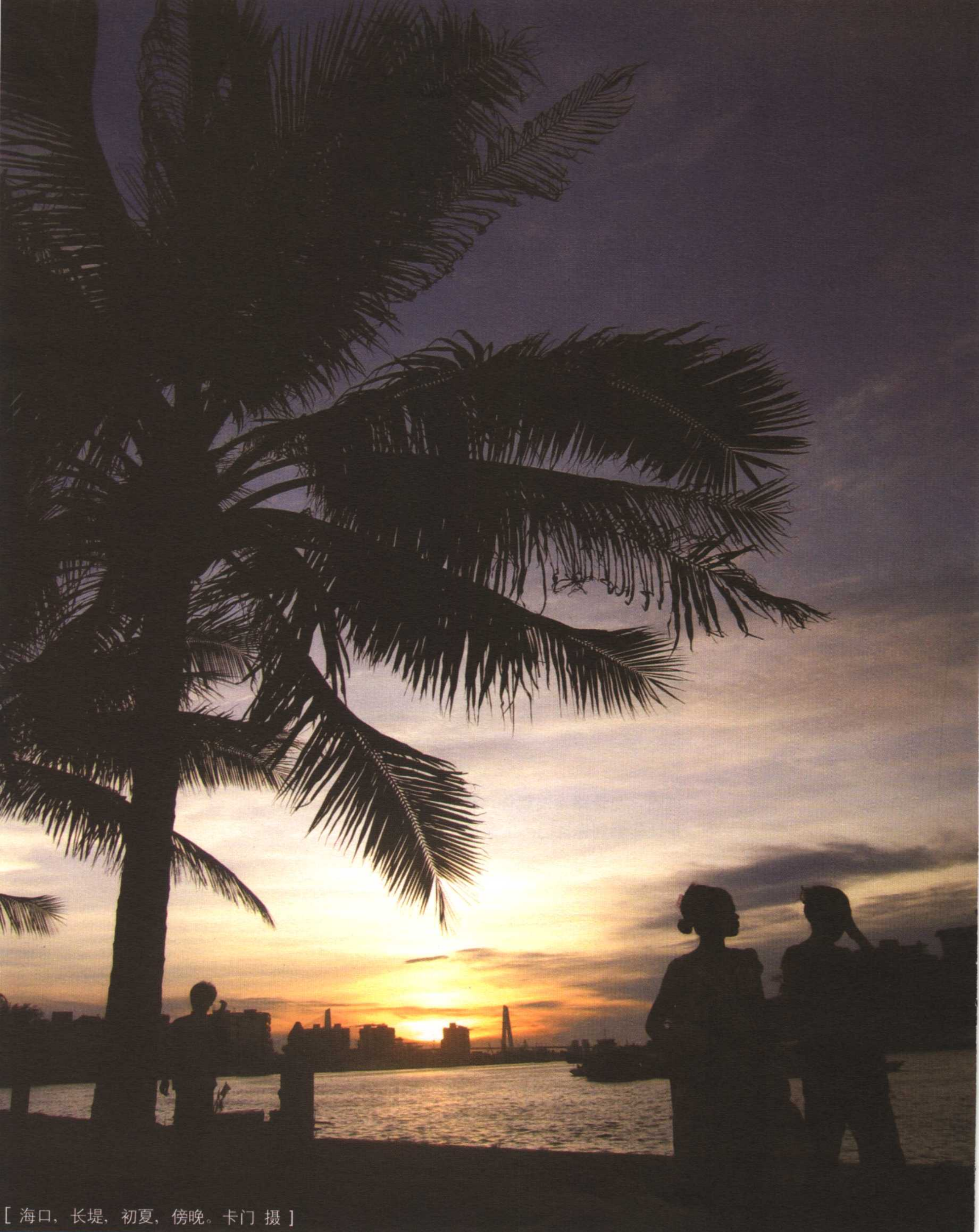
《10000元6个月环游中国》

《玩路者——中国自驾车旅行之经典攻略》

《情缘西藏》



旅途，是让路途发现你，找到你，发明你；
是让你遇到你自己：生命是一种可能 ……



[海口，长堤，初夏，傍晚。卡门 摄]

中国有个海南岛

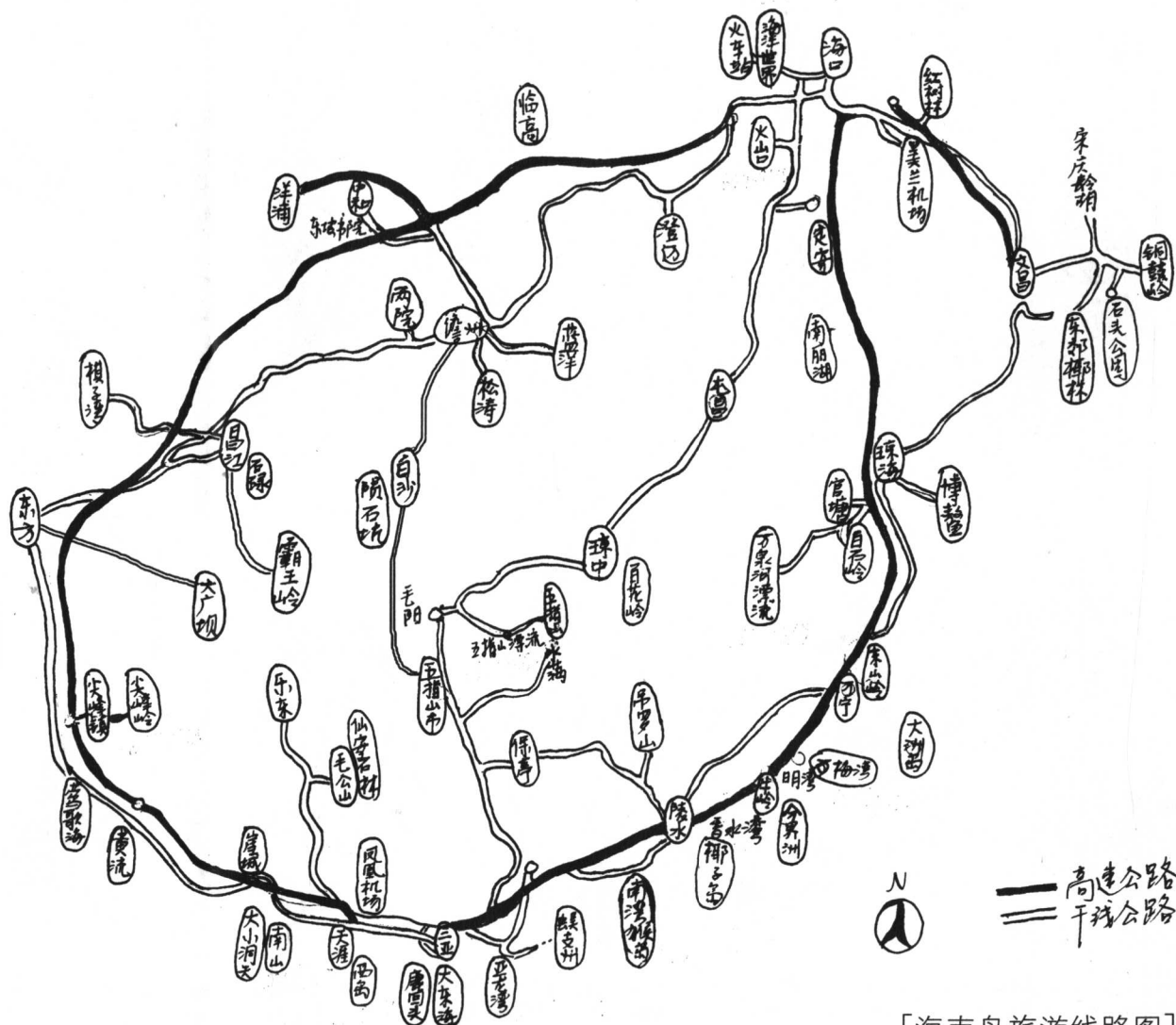
海南的陆地面积3.5万平方公里；海洋面积200多万平方公里，占我国海洋面积的2/3。海南岛是中国最大的海洋大省，也是纬度最大的省份。在海南的八年里，我参与拍摄的电视系列纪录片的片名就叫《中国有个海南岛》，跟随着电视镜头，我几乎走遍了海南岛的山水海域，丛林山庄、街道巷陌；同时，也几乎遍尝了这个岛上的海鲜蔬果、椰风海韵……

热爱旅游的我，每每踏上陌生的路途，上路的那一刻，都会有一股新鲜的风吹醒我的身心：今天会遇见什么呢？闪过车窗的一路风光，是一只打开的手，翻开身体里突然的书页：它们是大漠孤烟、长河落日、大海碧涛，椰林绿海，他乡炊烟、迎面而来的陌生人……它们穿过我的目光之后，叫醒我的身体之时，我才知道这路上的景，其实也是我心里的在——在我不知晓的时候，不知晓的地点，它们早已不知道被谁的手写进了我的心——那车窗外的风景，脚底的尘土和路人陌生面孔的风景，一页页地成为我的。我想，如果我永远都不上路，这一切，也许永远都合在我的心里，永远不被我知晓，所以，我庆幸：我上路了。

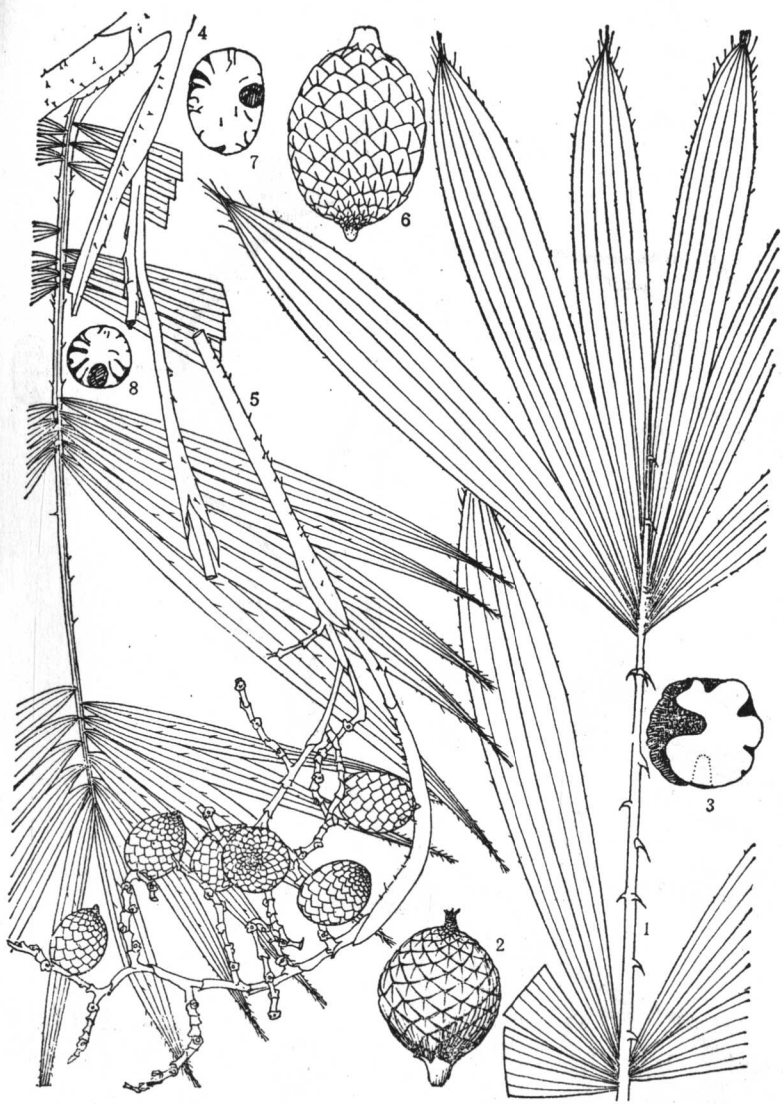
此刻，这本自助旅行书，是我在海南岛生活十年之后，再一次脚踏实地、“斤斤计较”地全方位经历海南；也是你，通过一次次地翻开它，从全面的资讯中找到最适合你，最经济同时又是最“豪华”的你的海南岛。

我不能保证，你穿上了黎族新郎的衣裳，就是黎族新郎；你全身都被海南阳光岛的太阳晒得金黄，就可能成为一束新的阳光；你浸在海水的蔚蓝之中，就会变成大海里的一条鱼。我更不能保证，你站在热带原始森林中，就会成为其中的一棵树。但是，只要有一点儿想法、一个念头、一点儿想象再加上行动，或者你就会从这黎族新郎装中，从赤道阳光中，从你浸进的大海的每一滴水中，从你在这本书和这片土地上认识的每一棵热带植物中发现，生命是一种可能：是成为一棵树、一条鱼、一个黎族新郎的可能，当你是一个赤道阳光下金色的旅行者，你完全可能成为蔚蓝大海的一滴，是金色阳光里的一束……只要你全身心地、忘我地置身其中，你就是这阳光首都中的首都。

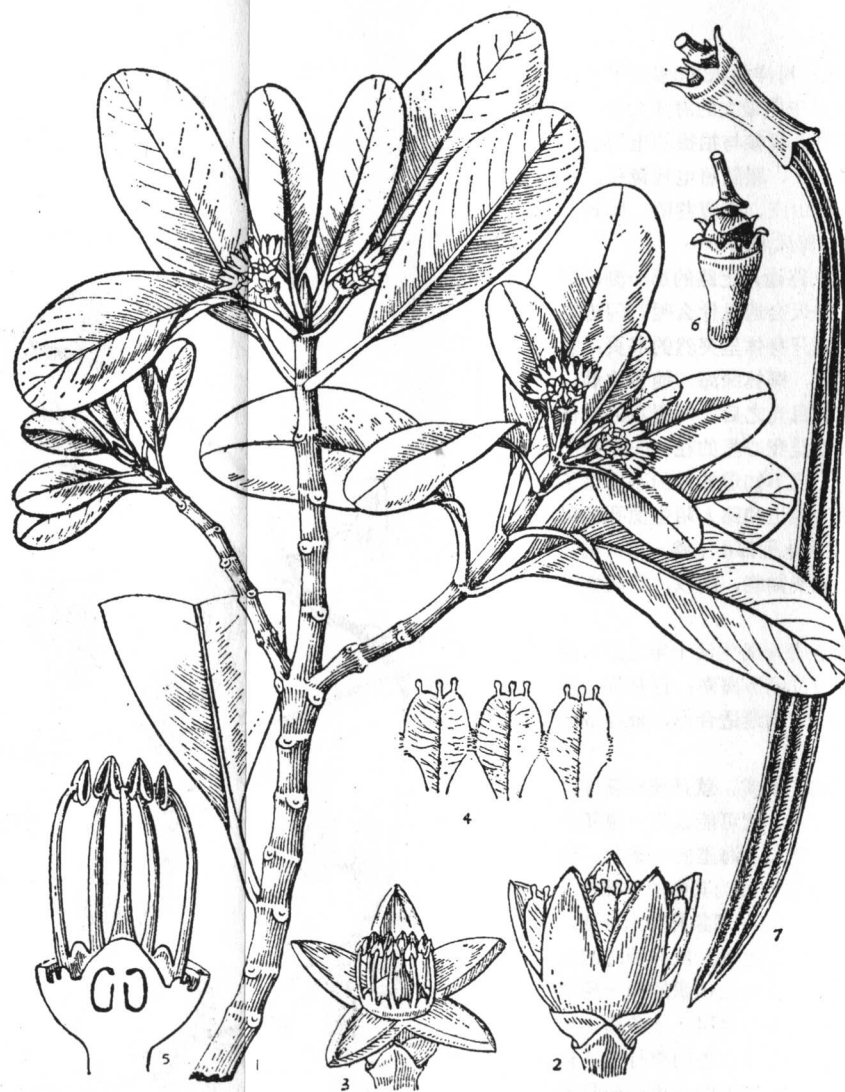
那么，让我们一起，拿上这本书，漂洋过海——让海南发现你，找到你，发明你。



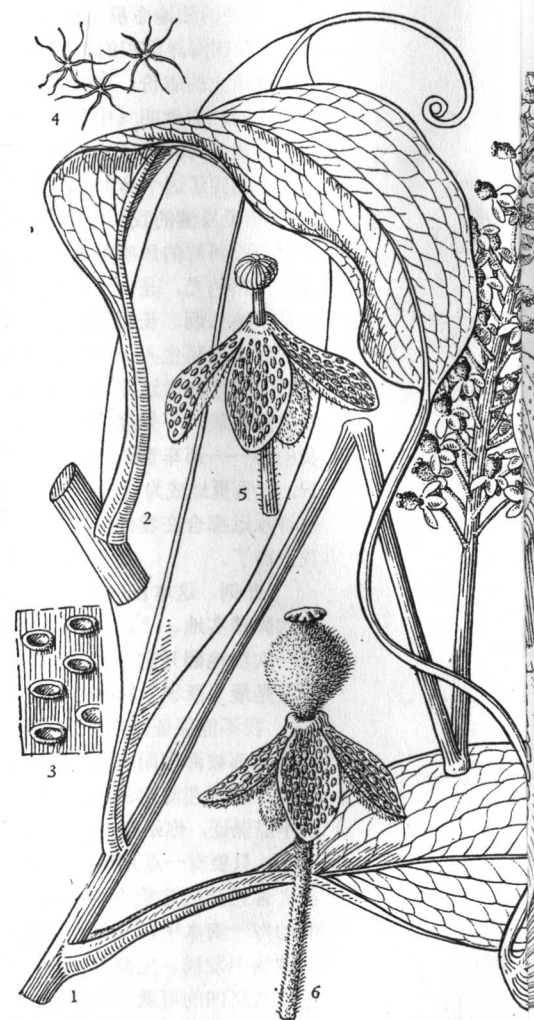
[海南岛旅游线路图]



1—3. 白藤 *Calamus tetradactylus* Hance: 1. 叶上部; 2. 果实; 3. 种子纵剖面。4—8. 小省藤 *C. gracilis* Roxb.: 4. 叶鞘及叶子; 5. 果序一部分; 6. 果实; 7. 种子纵剖面; 8. 种子横剖面。(刘 磊 绘)



1—7. 角果木 *Ceriops tagal* (Perr.) C. B. Rob.: 1. 花枝; 2. 花; 3. 去花瓣的花示雄蕊和雌蕊; 4. 花瓣; 5. 子房纵切面; 6. 幼果; 7. 胚轴。(黄少容绘)



猪笼草 *Nepenthes mirabilis* (Lour.) Druce: 1. 雌花枝; 2. 叶; 3. 瓶盖腹面一部分; 4. 星状毛; 5. 雌花; 6. 雌花; 7. 果实; 8. 种子。(余汉平绘)

植物之美

突然置身于海南岛，那迎面而来的椰树，是我对海南岛的第一印象，在离开的时刻每每想起海南岛，首先进入脑海的，也是椰树。人们对南国的记忆和向往，也总是和椰影婆娑、芭蕉叶阔分不开。想想看当初读书时初遇这些树名：木棉、棕榈、羊蹄甲、木麻黄……单单这些名字间的情致，就叫人生出无限遐想，产生想见见它们，认识它们的心……在这本书中，把热带植物作为除资讯之外最重要的构成部分，也是在想，植物有时候可能不只是我们面对的那棵树、那枚花，很可能它也是一种生活方式，这方式也许也是我们的。有人开玩笑说人是猴子的后裔，而猴子又是树木的后裔。植物学家佩尔德说，这句玩笑话看起来比事实更加贴切。其实，我们的远祖是植物，而不是树木。就在树木存在很久以前，以人为最新代表的动物世界就和植物世界分离了，而且作为植物的我们就是从你看到的这片海上走到陆地上来的。植物和我们一样，都是神奇的，它们向吞食它的动物吐出氧气，并供其呼吸；而开花的植物又能摆布、利用昆虫和动物……这神奇的配合构成了我们生存的世界，也是我们每日生活的一部分，尽管更多的时

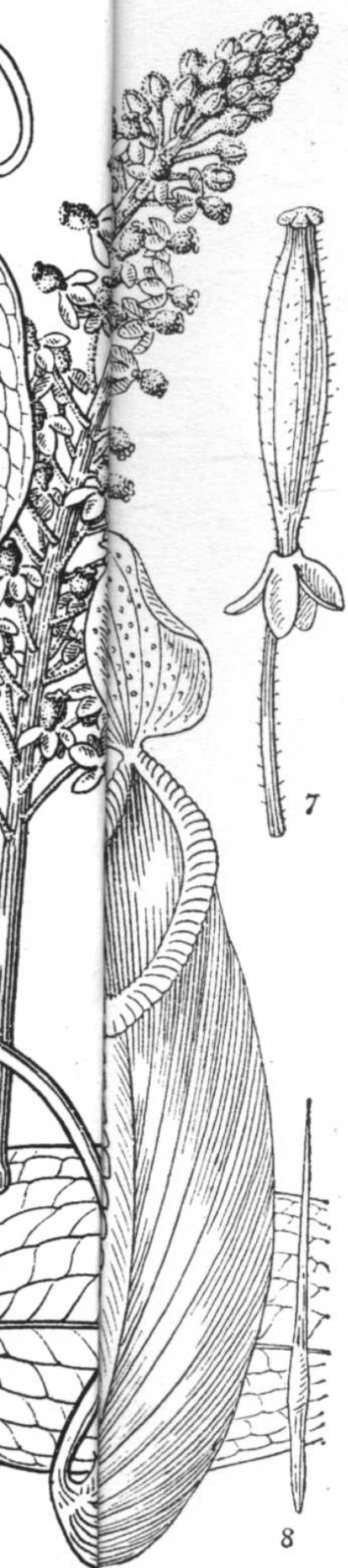
候，我们对这神奇浑然不觉。

植物是自然界的炼金术士，它们中许多都超越了人类的想象能力，当人类还在费劲儿地锻炼自己的意识，为自己的衣食住行愁眉不展、为爱而不得痛苦不堪时，植物却早已学会了和阳光调情：光合作用。而当人类以为自己在无所不能地驯化着动植物之时，很高兴和我们合作的动植物其实只是这种互惠关系的合作者。但自然界中也有不愿意和人类合作的植物，比如说橡树，无论人们如何努力，橡树永远都不可能进化，虽然橡树的果子营养成分极高，但对人而言，却太苦涩了——但它和松鼠之间却有非常满意的安排，松鼠作为它的合作者，每每贮藏下4个左右的橡子之后，就会很友好的忘掉原先埋下它们的地点——橡树明摆着说它不需要人类和他们的自以为是。但是我们也不要因此而太自卑，在植物的果实甘甜的引诱下，我们在旅行上路时，常常带上最大最美的水果，那个时候的你，就是植物进化自己，使自己变得越来越甘甜的目的实践者。所以说，植物并没有放弃我们人类，作为它最美好的种子的携带者，正是你一路上丢弃了果实的种子，让它们在它们从未到过的地方生长发芽。

当然植物和我们的关系还不仅仅如此，当我在路途中，面对那些硕果累累的树木，面对纠缠而成的树林和藤的空中花园，面对见血封喉的树，面对会因“嫉妒”而死的檀香树或者一心绞杀别的树木的寄生树，我更愿意相信，和我们共同生活在这个世界上的植物，它是独自的，和它相遇的我们也是如此，或者还有一个遥远的所在，那里会显示我们与植物之间更隐秘的关系。

《植物的欲望》的作者迈克尔·波伦说：如果理解花朵，就不可能开始理解美的吸引力……当盛开的鲜花的非凡的美，不能再穿透一个人脑中的黑暗或者固执的想法时，这种头脑与世俗世界的联系就已经危险地磨损了。

这也是我在这本旅游书中详尽地写实用资讯和详尽地介绍热带植物与花的用意。我在你能见到这些植物的地方，让它长在旅游资讯中，是想试试，我是否有一个已经被磨损了的头脑——并邀请你同行，我真心地希望，你喜欢这试验。在海南岛无处不在的植物之中，在热带雨林的地球之肺中，面对植物从身体内部突然涌出来的宁谧感动，这一刻，也许是你和自己生命起源里的那棵植物再次相遇。



Druce:
状毛：花：
平绘)

目录 Contents

-  提醒
-  飞机
-  火车
-  汽车
-  自驾
-  摩托
-  客船
-  渔船
-  码头
-  住宿
-  餐饮
-  位置
-  门票
-  电话
-  银行
-  购物
-  网吧
-  邮寄
-  拍摄
-  药品
-  防晒
-  衣物
-  问询
-  建议
-  开放时间

概况 0

- 中国有个海南岛 0
- 植物之美 5
- 热带雨林 8
- 天涯海角 9
- 阳光、沙滩、海浪、仙人掌…… 10
- 椰子树 11
- 黎族姑娘和黎锦 12
- 老街 13
- 海南岛必经词 14
- 吃在海南 20

准备与上路 21

- 海南旅游路线 21
- 当地实用行走资讯 22

海口 30

- 海口——异乡人之都 34
- 海口旅游的吃住行 39
- 西海岸的海口 49
- 海口老城区 53
- 冼夫人——中国第一位巾帼英雄 65
- 军坡节 67
- 琼山五公祠 69
- 海瑞墓 73
- 海瑞——千古天真第一人 74
- 丘浚——海南第一知识分子 78
- 琼山马鞍岭火山口 80
- 琼山东寨港 84
- 海口可以实施的一日游 88
- A线：海口→万泉河漂流一日游 88
- 万泉河 88
- 琼海 90
- 娘子军故乡有三宝 91
- 乐城岛 96
- 博鳌——适意休闲水城 98
- B线：海口→东郊椰林一日游 102

- 文昌孔庙 106
- 铜鼓岭 109
- 七洲列岛 111

三亚 112

- 被纯享乐休闲族选择的三亚 116
- 话说三亚 118
- 回民、蛋民 120
- 三亚实用信息 122
- “真正的天堂”亚龙湾 136
- 亚龙湾娱乐指南 138
- 大东海 149
- 鹿回头 150
- 天涯海角 152
- 寿比南山 155
- 洞天福地：大小洞天 157
- 古崖州城 162
- 明星黄道婆 168
- 水南村 172
- 落笔洞 176
- 蜈之洲岛 180

中路的古城 182

- 汉时儋耳郡，今尤存儋州 184
- 儋州调声 186
- 华南两院热带植物园 190
- 中和古镇 191
- 东坡书院 197
- 人生春梦东坡居士 198
- 儋州其他古迹 203
- 定安古城 207
- 百合香车迎淑女 209
- 道教南宗五祖、奇人白玉蟾和文笔峰 213
- 文笔峰 219
- 海南惟一的探花郎张岳崧 222

植物物语

椰子树....11

旅人蕉....36

印度紫檀....46

文殊兰....51

鸡蛋花树....68

开黄花的树-黄槐....72

苏铁....76

苦楝花开....82

海上森林红树林....86

鸡屎藤....93

海南乡土树母生树....94

凤凰木..100

扶桑..104

与三角梅的相遇..119

高高的树上结槟榔..132

野草室宝至毒海芋..134

香蕉树..146

芭蕉树..146

龙血树..160

木棉花..166

镇园之宝番木瓜..170

猪笼草..192

亲爱的依兰香..194

亲爱的桃榔树..204

贝叶棕..210

见血封喉..234

台湾相思..237

青梅在野..239

白藤与红藤..280

五指山兰花..293

蕨类植物..304

“林中恶魔”榕树..335

稀有中的稀有者—海南粗榧..336

海南乡土树种——鸡毛松..353

仙人掌..356

野荔枝...362

菠萝蜜树..383

全景万宁 225

东山岭 227

兴隆热带花园 230

兴隆热带植物园 233

石梅湾风景区 238

牛岭·分界洲岛 240

大洲岛·燕窝岛 242

穿越海南岛腹地 250

苗民 252

黎族 254

背包族的热带雨林 282

背包族的热带雨林探险装备 284

穿越雨林之旅路线 287

线路一：雨林，强烈民俗与温泉抚慰之旅 288

五指山、五指山漂流（黎母山）——保亭七仙岭（登山及温泉）

线路二：壮观日落、雨林与刀山火海之旅 313

乐东莺歌海—尖峰岭国家公园——仙安石林

线路三：猴嬉，雨林瀑布之旅： 344

陵水南湾猴岛——吊罗山

线路四：荒漠、海、植物之神秘之旅： 354

海南岛惟一的沙漠伴海——棋子湾

颜色西沙 364

西沙吃住行 366

西沙群岛 373

南沙诸岛史话 374

南海诸岛 376

西沙天地生灵 378

珊瑚的故事 380

鲉鸟的故事 382

永兴岛 384

西沙嬉戏 388

岛上的生活 390

七连屿、孤魂庙 392

游泳和潜水 394

西沙钓鱼的几种方法 395

日出日落 396





热带雨林

海南中部为山岭地带，是热带雨林、季雨林组成的原始森林区。

海南的五大热带森林区分别是五指山林区、霸王岭林区、尖峰岭林区、吊罗山林区和黎母山林区。海南热带生物资源非常丰富，已发现各类木本植物259科、1347属、4200种，约占全国的七分之一。其中630多种为海南独有，20多种为珍稀树木。世界热带显花植物属种最多的第一类17科中的植物，在海南岛都有。全岛资源植物2900多种，药用植物占2500多种，入药典500多种，其中抗癌植物13种。

海南素有“天然药库”之称。海南岛的森林覆盖率51.5%。

东南亚和中国所分布的热带雨林是以龙脑香料的树木为特征，在这点上有别于分布于非洲、美洲的热带雨林。

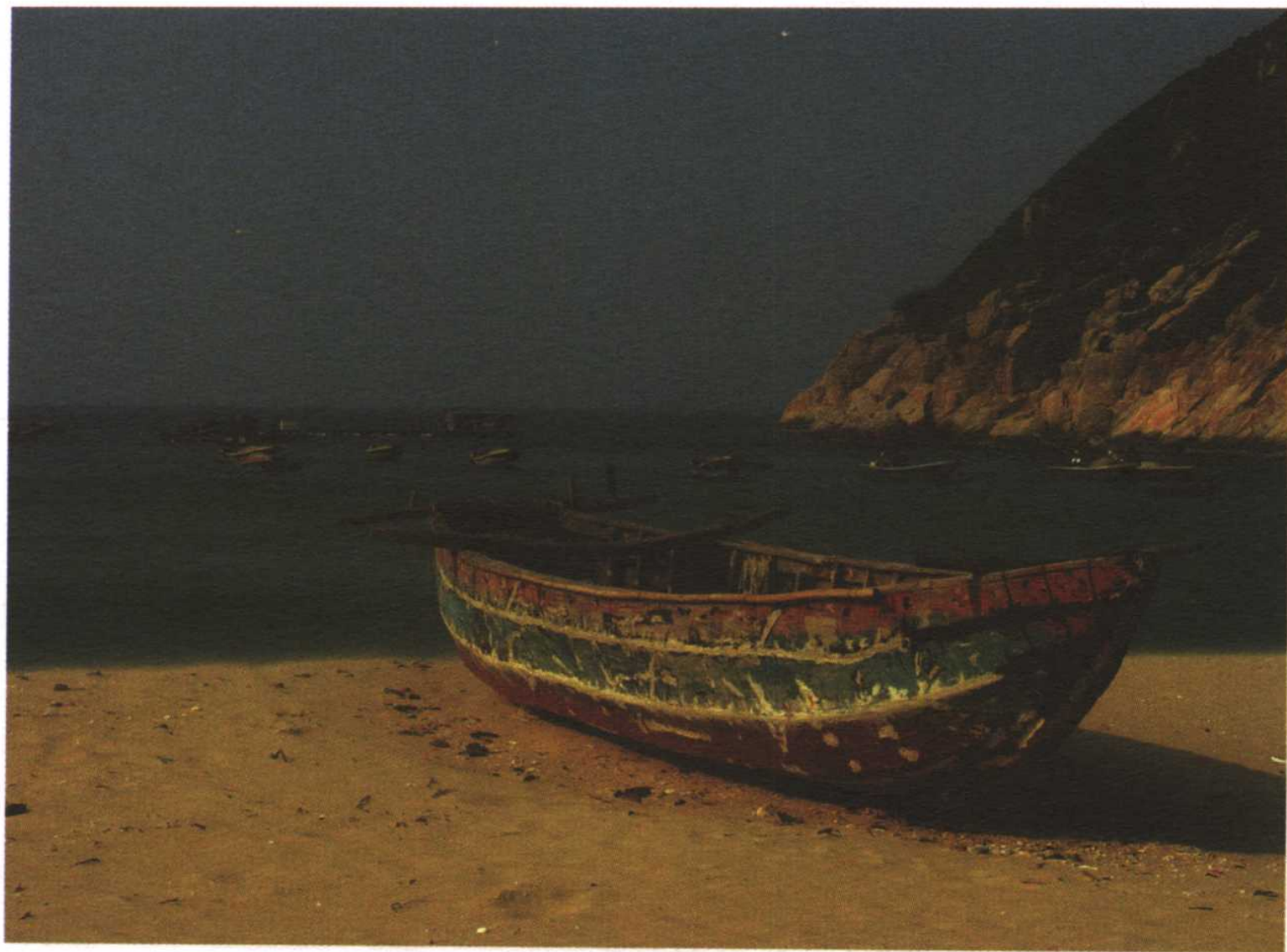


卡门 摄

天涯海角

天涯海角在电脑上的各种输入法和字典中是一个词，在很多国人的心中，天涯海角是一个情结：从地理上把天之涯，海之角当成天地的尽头；天涯海角同时也是中国人心理上的天地尽头：很多情爱誓言提到天涯海角，以表示此情此心此生的忠贞——想来每一个人的一生里都想过爱一个人追随他到天涯海角，到地老天荒，但这执著专念的情感，因为种种原因，有时在现实中无法实现。但这个作为极限的地名，这个天涯海角的誓言里地老天荒的味道，会如影随形跟着我们一生。而这个地方，在海南站成一个具体的地点，它就是位于海南三亚的天涯海角。

无论从地理意义还是心理意义，海南，于中国人而言，不仅仅是极至的自然美景的会合处，同时也是极至的心理美景驻足的地方。



阳光、沙滩、海浪、仙人掌……

看着这片海，你会相信海涛声是进入了旅行的身体，然后再从身体里慢慢舒卷出来的，它们一起合唱的歌可能就是《外婆的澎湖湾》里的一句：阳光、沙滩、海浪、仙人掌，还有一位老船长……但能不能见到你的老船长，那要看你的际遇，出门旅游的人，就在“遇”的路上……

虽然不能保证你能遇到什么，但却能肯定，镶嵌在浩淼的南海的绿色海南岛，会以它的阳光、沙滩、空气、椰林、蓝天、碧海、绿野伴你一路，让你满身满眼满心都是它们……

你可以海水浴、日光浴、海上摩托艇、游船、帆板、垂钓、潜水……当然，你也可以什么都不干，像这条船一样在阳光的沙滩上躺着一动不动，也可以在村庄椰树下躺在随处可见的吊床上，或者随便坐在哪个马路牙子上发呆，感觉动荡的世界、人群和整个热带绕着你旋转——在海南岛、在旅途中，在人生里，记得留一点儿时间发呆。



椰子树

如果你坐在海南岛海滩的椰子树阴下，你会在树的根基部发现细小的根束。可不要小看这个根束，它就是维管束。这维管束是很了不起的——正是有了它的出现，植物从海洋走向陆地才成为可能：地球上的第一批绿色生命终于可以不靠海浪的依托而“站立”起来，结束它们漫长的漂泊生涯——3.7亿年前，伴随银杏和球果植物之前的现代树木的出现，现代树木结构终于成型——在维管束分化的树干里，包含着一个同心区，维管束年复一年形成了越来越大的年轮。这就是现在除了棕榈科植物和还像过去那样爬行生长的蕨类之外，所有现有乔木的结构。而椰子树依然是维管束植物。至于椰树为什么不进化，或者也因为一直生活在它们喜欢的环境里，且环境也喜欢它们的缘故吧。在海南的椰子树下，轻而易举地，你就进入了3.7亿年前，树木从大地上站立起来的最初的样子……

晴天里上午10至12点新摘的鲜椰汁水最甘美，一般好看就好吃，这种好色之心用在椰子身上大约没错，如果喜欢喝水多的椰子，要选底部圆，整体圆润的嫩椰子。



黎族姑娘和黎锦

黎族姑娘的美，有天然的热带风韵：眼睛明亮、身材热熟——无论人胖瘦，胸部都异常丰满。似乎，整个热带，都被她静悄悄地藏进身体里。

黎族少女在具有一定劳动能力后，就在母亲的指导下开始纺织自己新婚时用的筒裙，到筒裙织好后，大部分人都有了相爱之人，行将结婚了，这件筒裙也是她此生最华丽，最有价值的服装之一。这天长日久一针一线织就的筒裙，也是少女日渐长成的心，完全可以证明它是黎族最幽静的境界所在，将这一过程理解得多美好都不过分。黎族有著名的“一幅壮锦”的传说，说是一位了不起的母亲，织了一幅很长很长的黎锦，她的几个儿子勤劳的沿着这壮丽的黎锦登上了天堂。

黎锦是黎族人最为著名的纺织工艺品，以其技术精巧细密、色彩艳丽富于特色而驰名天下，具有很高的艺术审美价值。